

# 小苏打+醋

## 生活小妙招



用“小苏打+醋”进行清洁，更轻松、更放心

迄今为止，小苏打的使用方法在很多杂志和书籍中都介绍过，想必已经广为人知。既环保又用途广泛的小苏打，受到很多人的亲睐。但是只有用小苏打又的污渍还是难以祛除。本书中，对非常难对付的污渍，推荐使用“小苏打+醋”的组合。醋的杀菌作用很早就被人们认知，再跟小苏打一起使用，任何污渍都无处可藏。

## 为什么要居家必备小苏打



蔬果残留农药，通常的办法只有多泡水，一项新研究发现，竟然只要一包几十块钱的小苏打粉就能去除残留农药和自来水中的氯气，带您一起看看专家的研究。

蔬果农药残留问题，连政府农政单位都只能劝大家多泡水。朝阳科技大学陈耀宽博士却发现一个极简单的办法那就是小苏打粉。

小苏打粉一汤匙泡水，水变成微黄颜色，再把水果蔬菜放进去清洗。专家：「这样浸泡 2 到 3 分钟就 OK 了，就可以吃了。」



2 分钟去掉农药，再看看它怎么去除自来水中的氯。

小苏打粉这么神奇，能除农药又能除氯，专家说其实这很简单，小苏打粉其实就是碳酸氢钠粉，化学式是  $\text{NaHCO}_3$ ，Na 是钠带正电，放到自来水里面，会跟水中带负电的氯结合变成氯化钠，也就是盐巴，这解决了自来水氯毒的问题。

再来就是 H 氢，氢带正电加入水中会结合带负电的水分子  $\text{O}_2$ ，变成 OH 弱碱水，一般大部份的农药都是酸性，因此弱碱水中和酸性之外，还能加速去除附着在蔬果上的农药。

专家强调，小苏打粉还有一个妙用，烫青菜前加一点，可以防止叶绿素流失，烫好的青菜比较不会变黄。

## 小苏打洗脚治高血压

以前笔者的亲戚血压经常处在 180/90 毫米汞柱左右，吃各类降压药，多方治疗效果均不明显，后经一老者介绍，用小苏打洗脚，血压慢慢地降下来了。

方法是：把水烧开，放入两三小勺苏打，等水温能放下脚时开始洗，每次洗 20—30 分钟。

洗 5 次后就很见效，至今已有 10 余年了，高血压一直未犯。

小苏打(Baking Soda)是商业上的名称，小苏打它可以自然地分解、无毒性、不会污染环境，而且刺激性很低不刺激皮肤，一般碳酸温泉水中就含有很高成份的碳酸氢钠、对人体完全无害，没有健康或安全上的顾虑，举凡食物调理、糕饼制作、环境清洁、除垢、除臭、医药等，都用得到它，几乎是种万能的物品。

由于用苏打粉洗东西使用方法非常简单，几乎不需任何技巧，而且冲洗时非常省水，不仅不会对地球环境造成污染，同时小苏打的除臭效果非常好，因此美国人就经常将其运用在家事或料理上，而在日本，使用小苏打也慢慢被利用于一般人的生活之中，对于去除居家环境污垢或是臭味，甚至是其他功效来说，小苏打可说是实现 优质生活的必备利器，目前在美国、日本都有许多团体推广使用小苏打来做居家清洁。

小苏打几乎到处都买得到，如果要运用在料理上的话，记得选择买食(药)用的小苏打。

如果是用来打扫、清洁、洗衣，虽然也可以使用食用的小苏打，但是我建议你不妨购买价格低廉，容量也较多的工业用小苏打(有些药房亦可购得)，较为符合经济原则，以及环保的诉求。

### 小苏打用途范例： 烹饪调理

小苏打除了用作糕饼之外，如果烹煮食物把醋误放太多时，可在锅中加点小苏打把酸味中和掉；水煮或炒青菜时，在锅中加点小苏打，煮出来的青菜会格外青翠。

如果觉得胃部灼热，甚至疼痛，或有呃酸的现象时，可以一小匙(约 0.5 公克)食用小苏打，加一杯(约 200CC)温开水，缓慢喝下(有点咸味)，过一阵子，会有胃酸与小苏打中和后所产生的二氧化碳气体从口中逸出，所有的症状立即可以获得舒解。

放洗衣精的同时，可试着倒入 2/3 量米杯的小苏打粉，可以增强洗净力，让衣物洗得更干净，且不会伤衣料。**衣领、袖口**

将适量的小苏打，溶于约摄氏 5、60 度之热水中(以下皆同)，同时搓点肥皂用来洗衣领、袖口上的污垢，效果绝对比任何清洁剂都要来得好而且又快速。

将抹布沾小苏打溶液后拧干，用以擦拭门窗、门把、厨房、冰箱、流理台、卫浴设备、地板、洗脸盆、金属水龙头....等各种设备，然后再以拧干的清洁湿抹布擦过，即可使冰箱、流理台、金属水龙头...等，永远保持光亮如新。

将橘子皮或是橙子皮入锅中，加水覆盖煮沸后，以小火煮约 15 分钟，然后再加苏打粉，水和苏打粉的比例大约 200：1，就可以用来擦拭餐桌，甚至比较油腻的排油烟机或是瓦斯炉。一擦就干净，还带有淡淡的水果香，而且让我们在清洁环境时，避免毒害污染，又可以废物利用，何乐而不为呢？

家中如果有正在成长中的小朋友，他们的很喜欢用蜡笔到处乱涂乱画，而造成污迹无法以水去除，用油漆溶剂虽可去除，但此法会剥去涂料而使表面受损。如果改用小苏打则最为适合，可将拧干的湿布沾些小苏打用来擦拭，即可丝毫不伤家具，把蜡笔污迹完全去除。

小苏打粉是超好用的天然除臭剂，如果你常用小苏打溶液当清洁剂清洗餐具、炊具时，可以避免洗槽排水产生臭味；若排水管堵塞时，可将一杯小苏打粉倒入，再注入热水，就可解决！

以抹布或植物菜瓜布沾小苏打溶液洗涤碗筷餐具，可迅速而切实的除去油污，冲洗又容易，不但省水，而且又不虑有清洁剂的残留问题，因为它也可以吃，完全无毒，所以纵使没充分冲洗干净也无所谓。

## 8:清洁抽油烟机

将小苏打膏涂在抽油烟机脏污处，静待一会儿，再怎么顽强的油垢，都可以擦拭干净。

在砧板上洒上一层小苏打粉，再用刷子刷洗一下就可以，不但可去除砧板上的污渍，而且还能除臭。

以微湿的手指或海绵沾取少许小苏打粉，用以擦拭沾有茶垢的部分，就可轻松去除茶垢，效果绝对比任何方法或清洁剂都来得快速，而且完全不会刮伤杯子茶具又省水。

将抹布或拖把浸入小苏打水中，扭干后再擦拭地板，再将拖把以清水洗净，然后擦拭一、二遍即可。

隔了一段时日后，计算机键盘、电器开辟盖板上常形成一层难以去除的黑垢，若将布浸入小苏打水中，扭干后用以擦拭计算机键盘、电器开辟盖板，然后再用拧干的清洁湿布擦拭一或二遍，即可轻易地焕然一新。

微波炉用完后常会有些残余的食物痕迹和气味，由于不方便用太多水清洁，所以如果用洗洁精擦拭，就很难彻底洗净残留的清洁剂，如果用小苏打溶液润湿的抹布擦拭微波炉的内部，稍待一、二分钟，再用清洁的湿布擦拭一遍，不但可以清洁内部又可以消除异味，也不用担心有残留清洁剂的困扰。

电磁炉表面常会有些加热食物时所溅出的菜汁，以及日久后油烟与灰尘的污垢，如果用小苏打溶液润湿的抹布擦拭一遍，稍待一、二分钟，再用清洁的湿抹布擦拭一次，即可保持清洁光亮如新。

厨房的垃圾桶常有一股臭味，如果在垃圾桶里，撒些小苏打粉，不仅可以消除这个恼人的臭味，更可抑制造成臭味的微生物繁殖。

将小苏打装罐放到冰箱或车内，可使所有的臭味完全消失。

任何芳香除臭剂都含有伤害中枢神经的化学溶剂成份，像我对这些芳香除臭剂就很敏感，闻了之后很难受，因此，最好少用，可用开口容器装些小苏打粉代替，置于鞋柜、衣橱角落，约每三个月更换1次即可，效果绝对不比一般除臭剂差又无毒。

穿鞋之前，先在鞋内洒些小苏打粉，不但可以避免脚臭的发生，而且将来洗鞋子时，其内部也更容易清洁。

只要将小苏打水喷洒在叶片上，再以湿抹布擦拭，可使盆栽的叶片充满光泽；用较为稀释的小苏打水浇于绣球花根部，可以使其开出的花色更为深蓝。



活用“小苏打+醋”的发泡作用，  
彻底清除顽固污渍！



把小苏打和醋一起用于清洁时，他们会发生化学反应，冒出很多小泡泡。这些小泡泡，就是把污渍清洗掉的强效“武器”。另外，在小苏打清洁作用的基础上，在喷上雾状的醋，就可以取得良好的抗菌效果。

使用“小苏打+醋”进行家庭清洁，不但可以祛除污渍，还可以取得抗菌作用。

## “小苏打+醋”的清洁秘诀

### 发泡作用和抗菌作用



“小苏打+醋”的组合，让清洁效果倍增。这个组合主要又两大作用：利用了小苏打和醋发生的化学反应的“发泡作用”，利用了使用喷雾器在表面喷涂醋的“抗菌作用”。如果我们能够分清两者的不同并加以妙用，家庭清洁就会变得更加简单轻松了。



了解小两种作用

## 的特点

**发泡作用=利用小苏打和醋的化学反应。**

小苏打与酸性发生反应后，会产生  $\text{CO}_2$ ，冒出小泡泡。这些泡泡裂开，就会溶解周围的污渍，使之容易清除。其发生反应时，如果把醋加热，效果会更好

**抗菌作用**

**=清洁之后再喷上醋可以预防细菌**

醋又很强的杀菌作用。因此，用小苏打清洗干净之后，再表明喷上一层醋，利用醋的杀菌作用，可以使器具保持清洁。

## 清除污渍的“发泡作用”



**用小苏打清除污渍**

利用小苏打和醋发生反应时产生的泡泡来清除器具上的污渍。在倒上醋之前，如果先将又污渍的部分擦干净，效果会更好。

## 提高清洁效果的“抗菌作用”



### 喷上醋来消灭细菌

用小苏打清除污渍之后，最后喷上一层雾状醋水，这样就可以防止细菌繁殖了。

### 环保无毒，安全放心的天然成分

从很早开始，在制作点心和去除涩味的时用的就是小苏打。它的碱性属性，可以与酸性的油污和汗渍中和，让这些污渍变的容易清除。而且，小苏打的细小颗粒，可以研磨清除发霉物和尘埃附着物。另外小苏打是自然界和人体中都含有的天然成分，安全性很高，环保无毒是非常优良的去污用品。在日常生活中的很多情况下，要善用小苏打，对身体、对环保都是有益的。

### 小苏打的五个作用

## 1 研磨作用

小苏打的颗粒非常细小。这些颗粒中充当了研磨机的作用，效果非常好。用小苏打不会损伤器具的表面，只需轻轻摩擦，就可以清除污渍。

## 2.除味作用

碱性的小苏打，与酸性异味发生反应，进行中和，就可以除去异味。除味作用可持续两个月

## 3.中和作用

大多数的污渍都含油和脂肪酸的酸性物质。碱性的小苏打可以与酸性物质发生反应，中和污渍，使其变成易溶于水的物质，起到清洁作用。

## 4.发泡作用

小苏打在中和酸性的时候，会产生  $\text{CO}_2$ ，出现小泡泡。这种泡泡可以使污渍脱离器具，容易清除。在家庭清洁中，常常利用小苏打和醋发生反应的发泡作用。

## 5.软化作用

小苏打可以减少水中的镁离子，钙离子等金属离子的数量，起到软化水的作用。大扫除，衣服清洗，甚至肌肤护理等，使用软水比较好。

## 四种基本使用方法



### 小苏打水

在 500 毫升水中加入两大勺小苏打，使其溶解均匀，然后把它装进喷雾器，用的时候，直接向由污渍的部分喷洒即可，非常方便



### 小苏打粉

在需要清洗的部分撒上小苏打粉，用

于除味。



#### 小苏打糊

按照小苏打 2~3 份，水一份的比例，制成小苏打糊。将小苏打糊刷在物质上，可方便清除污渍。因为小苏打糊不容易溶解，使用前需搅拌。



#### 小苏打+精油

跟据用途跟喜好，可以在小苏打中加入精油，由于精油香味各异。在清洁时可以领略道不同的感觉。但要注意精油的用量。

注：小苏打粉 250 克  $\implies$  精油 20 滴

小苏打水 500 毫升  $\implies$  精油 10 滴

小苏打糊  $\implies$  小苏打粉 2 大勺，水一大勺，精油一滴

# 药用，食用，工业用小苏打

根据纯度不同，小苏打分为药用、食用和工业三种。纯度高的药用小苏打，可以通用于皮肤护理、烹饪、家庭清洁等所有场所。相反工业小苏打不能用于皮肤护理，烹饪等。各类小苏打制品都由明确的说明，所以在使用前一定要确认好哦！

## 厨房的清洁

撒上小苏打，再用醋抗菌

厨房每天都要进行烹饪，污渍会不断产生。因为是烹饪食物的地方，所以要格外注意保持清洁和安全。能够随处买到切放心的醋和小苏打，就要发挥神奇的作用啦！





烹饪用具等的清洁交给小苏打和醋吧！每天都洗干净，可以延长食用寿命



对付排水口，炉灶等处的顽固污渍，用小苏打+醋效果更好。



在烹饪食物的厨房，最可怕的就是细菌。用醋就可以很容易的做到杀菌抗菌。



小苏打和醋都是可以安心食用的。因此他们不仅可以清洗污渍，还可以增加食物的美味。

## 用小苏打+醋处理顽固的油污和水垢

### 小苏打+醋清除煤气灶油渍

- 1.调配好小苏打水和醋水后，在煤气灶温热的时候，先喷上小苏打水，擦拭油污。
- 2.擦干净后，再喷上醋水，用抹布擦干净，醋水还有抗菌作用。



### 小苏打+肥皂+醋清洁煤气灶底座

- 1.有污渍的煤气灶底座，先用肥皂使污渍剥离。

2.再撒上小苏打粉，用清洁球摩擦，然后冲洗。

3.擦干水汽，喷上一层醋水，擦拭干净。这是煤气灶已经干干净净了

### 小苏打糊清除支架污渍

1.在支架的污渍上涂一层小苏打糊，稍等片刻。

2.擦拭小苏打糊去除污渍，再喷上醋水。



### 小苏打粉清除煤气灶底座污渍



对于容易弄脏的底座，清洁之后要再加一层保护，就是在底座上撒上小苏打粉，然后可以直接进行烹调。下次清洁的时候，往底座倒一点水，污渍就会立即溶解，然后再稍微擦拭即可。最后，还要在底座上重新撒上小苏打粉，以便日后清洗。

### 小苏打+醋清除房水槽

1.在水槽内侧撒上小苏打，用海绵擦拭后，再用水冲洗。

2.喷上醋水，用抹布擦拭，抗菌、无污渍的水槽清洁就完成了。



### 小苏打+醋清除生活垃圾异味

在水槽内用来盛放生活垃圾的水漏底部，清除掉生活垃圾后撒上一层小苏打粉，然后喷上一层醋水。这样就可以去除掉生活垃圾的异味了。

## 用小苏打+醋安心清洁

### 烹调食物的地方



## 小苏打+醋清洗油烟机

做完饭后，抽油烟机有余热时，喷上小苏打水，用抹布擦拭干净。  
然后再喷上一层醋水，擦干净

### 清洗排风扇

撒上小苏打粉，用湿海绵擦拭污渍，然后用水冲洗干净。

### 清洗顽固污渍

在长年积累着油污的排风扇上涂一层小苏打糊，用保鲜膜包上，放置一个小时左右。然后去掉保鲜膜，喷上醋水，再用水冲洗擦干。

## 肥皂+小苏打粉+醋水清洗油壶



- 1.湿海绵打上肥皂，气泡后，擦拭油壶上的污渍
- 2.用水冲洗干净，再撒上小苏打粉，用干海绵轻轻擦拭。
- 3.再喷上一层醋水，用抹布擦干。

## 小苏打+醋清洗砧板



在整个砧板上都撒上小苏打粉，然后再喷洒上醋水，使其产生泡泡。放置一段时间之后，用海绵擦拭砧板，去除污渍后，用热水冲洗。最后用抹布擦干。

## 小苏打+醋+精油清洗冰箱内侧

- 1.在冰箱内侧的污渍上撒上小苏打粉。
- 2.用海绵擦掉污渍。
- 3.在醋水中加入自己喜欢的精油，喷洒在冰箱里，用抹布擦干。



## 小苏打糊+醋清除冰箱门框的污渍

藏在冰箱门框里的污渍，要用牙刷蘸着小苏打糊，一点点的清除。去除污渍后，用抹布擦干净，再喷上醋水，擦干。

### 醋水清除壶中的水渍后，小苏打清除外侧污渍

- 1.在热水壶中加入热水，然后倒入 50 毫升的醋。
- 2.煮沸后放置一个晚上。然后，用海绵擦拭内壁，用水冲洗。
- 3.外侧的汗渍，撒上小苏打粉，用海绵擦洗干净。

### 小苏打+醋清洗厨房用电器的污渍

塑料和不锈钢制品的厨房用家电，在表面撒上小苏打粉后，用海绵擦拭，然后喷上醋水，擦干，只需两步。



### 小苏打+醋+精油清洗微波炉和烤箱的油污



- 1.因食物的油渍而变得黏糊糊的微波炉和烤箱，在玻璃窗上均匀的撒

上小苏打。

2.用抹布或者餐巾纸擦拭，去除污渍。

3.然后喷上加精油的醋水，用抹布擦干。

PS：微波炉有异味时，将一杯小苏打水放进微波炉煮沸，然后用餐巾纸等擦掉内部的污渍

烤箱的托盘大多是铝制的，注意不要使用小苏打。托盘以外的部分可以用小苏打来清除污渍，最后喷上一层醋水。用毛巾擦干。

## 用小苏打进行厨房污垢的 快速清洁

### 烤架上的焦痕



顽固油污，要用肥皂+小苏打来清洗，这样可令器具回复光泽。

烤架焦糊了，时间长的就变的不容易清洗。使用后，最好马上就进行清洁，保持器具光亮。

- 1.撒上小苏打粉，油污就会被小苏打吸收。
- 2.在清洁球上倒入肥皂水。
- 3.擦洗烤架，清除污垢。除掉污垢后，用水清洗。

## 餐具的油污

沾满油污的餐具，用小苏打能很快清洗干净



- 1.沾满油污的餐具，要先用报纸或者抹布擦拭，然后，在上面撒上小苏打粉。
- 2.放置一段时间后，用海绵清洗干净。

## 烤架底座的污渍

烤架底座上铺上小苏打，预留油污的产生



每次清洗烤架都会花很长时间，如果在底座上稍微加一道工序，清洁

就会变的轻松。在底座铺上一层小苏打。在进行烹调，这样小苏打就会把油吸收，不会产生焦糊。

## 灶台内侧的污渍

### 瓷砖缝隙里的油污，用小苏打糊来清除

煤气灶台里的污渍往往容易被忽视。特别是瓷砖的缝隙，会积累长年的油污，要认真的清洗干净。

- 1.在煤气灶台瓷砖的缝隙里涂上小苏打糊
- 2.如果污渍很多，就盖上一层保鲜膜。
- 3.大约 30 分钟后，污渍剥离，拿去保鲜膜，用牙刷清除瓷砖缝隙中的污渍。
- 4.用水冲洗残留的小苏打糊，擦干净。

## 用小苏打+醋对付顽固污渍



长时间不用的刀叉勺等餐具上，会蒙着一层顽固污渍，这是用小苏打+醋去清洗效果会很好。

- 1.取等量的醋和小苏打，作成清洗溶液。
- 2.在生锈的部分加上清洗溶液，泡一小时左右，用牙刷刷掉污渍再用

水冲洗。

## 塑料制品除味

如果用水洗过后仍有异味，就用醋水浸泡除味塑料制品特有的味道。可以通过浸泡醋水除掉。

- 1.在盆里加水，然后倒入 3 大勺的醋。
- 2.放入有要清洗的塑料容器，稍微浸泡。然后用水擦干。

## 刀叉等餐具的污渍



小苏打的研磨作用让不锈钢和银制品都闪闪发光

皮肤敏感的人，可以用布来擦拭去污。

- 1.把刀叉勺餐具用水打湿，撒上小苏打粉。
- 2.擦拭污渍，然后用水冲洗干净。

不同的污渍，不同的使用方法

## 用小苏打清洗烹调用具的油污

## 焦糊的锅底



### 用浓度高的小苏打来清洗烧糊的锅底

锅底的焦糊去不掉，就用小苏打水来清洗把！由于把锅煮沸，小苏打渗透到污渍中，就会容易被清洗。

- 1.加入正好能掩住锅底的水，然后放 100g 小苏打，使其溶解。加热使水沸腾，在放置一个晚上，充分浸泡。
- 2.用海绵擦拭，把污渍去掉，再用水冲洗干净。

## 锅底的油污



### 用小苏打+醋来解决不容易清洗的油污

沾在锅底的顽固油污很难去掉看，这时就要发挥小苏打和醋的双重功

效，把油污彻底清除。

- 1.首先再锅里加上一小杯水和一大勺小苏打。
- 2.然后加一大勺醋。
- 3.搅拌均匀，加热沸腾。冷却之后，一点点地把污渍去掉，然后用水冲洗干净。

## 容易划伤平底锅



## 利用小苏打的研磨作用，来清洁容易划伤的平底锅

容易划伤的不沾平底锅，不可以用清洁球使劲擦。利用小苏打的研磨作用，可以将顽固污渍都清除掉。

- 1.取出小苏打糊，放再海绵上。
- 2.用海绵慢慢的擦拭平底锅上的污渍，然后用水冲洗。如果还沾有油渍，就再用海绵蘸着肥皂水，擦拭干净

## 水壶的污渍



用小苏打清除不锈钢器皿上的污点和焦糊

经常加热变得斑斑点点的不锈钢水壶，用小苏打清洗，会变得闪闪发光。

- 1.在水壶外侧有污点的地方撒上小苏打粉。
- 2.用指尖用力摩擦。
- 3.污点去掉之后，用水冲干净。

## 细小污渍，都交给小苏打来处理吧 轻松清洗日常餐具和用具

### 茶滤网的污渍



茶滤网的顽固污渍用小苏打糊来清洗

在难以清洗的茶滤网上均匀的涂上小苏打糊。

- 1.手指抹上小苏打糊。
- 2.在茶滤网的内侧和外侧涂上小苏打糊，用手指擦拭。最后用水冲洗干净。

## 茶锈

不用漂白剂，只要用小苏打也可以把茶锈清洗干净  
利用小苏打的研磨作用，轻松去除茶锈。

- 1.把茶碗和咖啡杯用水弄湿，撒上小苏打粉。
- 2.在残留茶锈的地方用手指擦拭，清除污垢。最后，用水好好的冲洗干净，干燥后放置留用。

## 水杯的异味



水杯内部异味用小苏打来消除

对于内部很难清洗的水杯，就用小苏打定期清洁。即使有明显异味的时候再清洗，效果也很好哦。

- 1.在水杯中加入水，再加两大勺小苏打。
- 2.盖上盖子，上下晃动。把水倒出来，反复用水冲洗干净。

## 过滤器的污渍

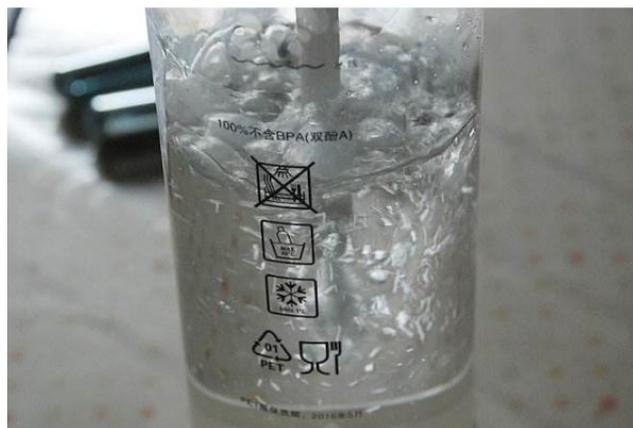


藏在过滤器里面的污渍用牙刷刷掉

藏进过滤器槽里的污渍，就用小苏打清除。

- 1.过滤器内部用水打湿，撒上小苏打粉。
- 2.放置一会儿，用牙刷把槽里的污渍刷掉。再用水冲洗，干燥后留用。

## 果汁机的污渍



细小污渍和臭味用小苏打清除掉

果汁机的细小污渍和臭味很难清除。用这种方法能轻松去污，大家可以安心用果汁机了！

- 1.在果汁机中加入半杯水，1小勺苏打粉。
- 2.盖上盖子，按下按钮，搅拌大约30秒中。
- 3.倒掉杯中的水，用海绵擦拭内壁，同时用水冲洗干净。

## 每天勤清洁

### 养成用小苏打+醋清洁的习惯



#### 菜刀的污渍

每天都用小苏打进行清洁，可延长菜刀的使用寿命

刀刃是菜刀的生命，只要每天都注意清洁，就能延长菜刀的使用寿命

命，还可以醋磨刀，使之更光滑，不妨试试哦



1.在菜刀上撒上一小勺的小苏打粉。

2.用海绵擦拭，用水冲洗后，用抹布擦干

#### 抹布的污渍和异味

抹布每天都用到，必须保持清洁。抹布用完之后，用小苏打清洗，要养成这个好习惯!



在厨房发挥很大作用的抹布，实际上沾有很多细菌。如果清洗不干净，就会把厨房弄脏。要养成在厨房的各项工作结束后，用小苏打把抹布清洗干净的习惯哦！



- 1.用完的抹布先用水洗干净，再平铺开，撒上小苏打粉。
- 2.放置一会儿，用清水漂清，展开后，晾干留用。

#### 为制冰盘除污

##### 制冰盘要用醋水清除除味

制冰盘里的水是钙质残留物，用醋水就可以清除。

- 1.在制冰盘里撒上水。
- 2.加入三大勺醋，浸泡大约二小时。用水洗干净。



#### 预防钢丝球生锈

清除顽固污渍的得力助手钢丝球，要防止其生锈



钢丝球用完后，直接泡进小苏打中。

在盆里加水，把钢丝球放进去。加入 1 小勺小苏打，浸泡一会儿。甩干之后，晾干留用

## 细心营造舒适生活

### 用小苏打+醋清除异味和污渍



#### 保鲜盒的污渍和异味

不容易清洗的角落油污用小苏打就能彻底清除

容易产生异味的保鲜盒，用小苏打可以防止异味和发粘。

- 1.首先冲洗保鲜盒的污渍，在四个角撒满小苏打粉。
- 2.用海绵擦拭，然后用水冲洗干净。

#### 去污剂的制作方法



在 200g 小苏打中加入 50 毫升的肥皂液。搅拌均匀，在加入一大勺醋和自己喜欢的精油，就可以制成去除顽固污渍的去污剂。



#### 蔬菜的污渍

蔬菜上残留的农药用小苏打轻松去除。



利用小苏打软化水的作用，轻松地洗出放心干净的蔬菜。

- 1.在盆里加水，把蔬菜放进去，加入一小勺小苏打搅拌均匀。
- 2.在小苏打水中，慢慢的洗净蔬菜。

注：请使用食用小苏打来清洗

### 垃圾箱的除味



利用小苏打的强效除味作用，保持厨房的清新舒适

在夏天，垃圾桶会留有异味。用小苏打+精油除味。可以享受清新的香味。

- 1.在垃圾桶里放进塑料袋，然后均匀撒上小苏打。
- 2.也可以用加入精油的小苏打，根据个人爱好选择

# 卧室、玄关的清洁

去除灰尘和汗渍，发挥除味作用

作为生活中心的卧室，存在着各种各样的污渍。迎接客人的玄关，也是需要经常保持干净的地方。根据各种污渍的种类不同，使用“小苏打+醋”，可以营造舒适的居住空间



在开口的容器中加入小苏打，只要在壁橱和柜子的角落，就能轻松除味

电脑键盘上的污渍，用蘸有小苏打水的抹布擦拭，污渍马上消失的无影无踪



## 用小苏打+醋清除污渍和异味

### 小苏打+醋水清除窗户上的顽固污渍

平时在窗户上喷醋水，用橡胶刷子擦拭干净

#### 顽固污渍的清除

- 1.在打湿的海绵上撒上小苏打粉。
- 2.用海绵擦拭污渍
- 3.喷上醋水后用抹布擦干



#### 小苏打糊+醋水清除地板的污渍



- 1.把地板抹布蘸满醋水，然后擦拭地板。
- 2.顽固污渍要涂上小苏打糊，放置一会儿。
- 3.污渍除掉之后在上面喷上醋水，用毛巾擦干。

## 小苏打+醋清除木板上的涂鸦



- 1.在乱涂的蜡笔画上撒上小苏打粉。
- 2.在湿海绵上打上肥皂，使其起泡泡，然后用力擦拭
- 3.清除掉乱涂乱画的涂鸦之后，喷上醋水，用毛巾擦干。

## 小苏打清除地毯的污渍



- 1.在整个地毯上撒上小苏打粉。
- 2.为了让小苏打渗透在地毯中，用手涂均匀之后放置一晚上。
- 3.第二天早上用吸尘器吸走小苏打。
- 4.对于顽固污渍，要涂上小苏打糊放置一会儿。
- 5.在上面喷醋水，用毛巾擦干。

## 苏打+醋去除房间异味



利用醋水空气清新剂喷在室内之后，要进行换气。但是，让异味完全消除，还需要一段时间。

自制小苏打除味剂。在容器中加入一杯小苏打和自己喜欢的精油 20 滴，搅拌均匀。隔一个月换一次。

### 小苏打+醋清除天花板和墙壁的污渍

- 1.在湿抹布上撒上小苏打粉，擦拭污渍。
- 2.用水擦洗之后，再擦干。

### 消除油烟污渍



- 1.在海绵上喷醋水。
- 2.用海绵轻轻擦拭天花板和墙壁

小苏打水清洗门内侧，醋水清洗门外侧



## 门内侧

- 1.在抹布上喷上小苏打水。
- 2.擦拭门把手。
- 3.门内侧也要擦干净

## 门外侧

- 1.喷上小苏打水，用橡胶刷子去除污渍
- 2.用抹布擦拭把手
- 3.擦拭整扇门

## 小苏打糊+醋清洗鞋柜



- 1.把鞋子从鞋柜拿出来，用扫帚或掸子弹掉沙子或灰尘。
- 2.在污渍上涂上小苏打糊，用牙刷刷掉污渍。
- 3.鞋柜外侧用含醋水的抹布擦拭

## 去除玻璃上的油漆

不必专门的油污溶解剂，只用醋水即可



沾有窗户玻璃上难看的油漆，用醋水就可以彻底清除掉。

- 1.在玻璃上油漆污渍上盖上一层化妆棉。化妆棉上再喷上一层醋水，放置一小时以上。
- 2.用塑料刮刀轻轻的刮掉污渍，注意不要划伤玻璃。

## 清洗纱窗

按照从上到下的顺序，用小苏打+醋清洗纱窗



纱窗细小的网格上积累了很多的灰尘，清洗起来特别麻烦。但是，如果用小苏打和醋，就可以不用摘掉纱窗而轻松清洗。清洗时，会有水滴落在窗台，在下面垫块布就可以。

- 1.在浸水的刷子上撒上小苏打粉。
- 2.将刷子从上到下移动，清洗纱窗。
- 3.用湿海绵擦拭纱窗。完成后，再用含有醋水的抹布擦干。

## 清洗窗框污渍



## 用小苏打糊清除窗框污渍，牙刷是主角

窗框容易被人忽视，其实，这里堆积着很多的灰尘。用吸尘器吸走灰尘后，用牙刷和小苏打糊来清除顽固污渍，窗框就会焕然一新。

- 1.用一次性筷子或者竹签，把窗框里的灰尘逃出来。
- 2.用吸尘器吸走脱落的灰尘。
- 3.用水冲洗，还可以用吸水性好的好海绵或抹布吸水，再擦干。

## 地毯上的油渍

### 用小苏打+肥皂+醋清除顽固油渍



浸入地毯纤维的油渍很难清洗，但用小苏打、肥皂、醋的组合，还是可以彻底清除的。如果放置时间很长，就容易产生瘢痕，所以要及时清洗。

- 1.在污渍上撒上小苏打粉，放置一会儿。
- 2.用湿海绵蘸取肥皂液。
- 3.用“2”的海绵擦拭污渍。
- 4.再喷上醋水。
- 5.用毛巾擦干。

## 用小苏打清洁家具

### 布艺沙发

#### 小苏打清除布艺沙发的异味



布艺沙发的异味是整个房间有味最大的原因之一，那么撒上小苏打来除味吧。对于难以拆下沙发套清洗的布艺沙发，这种方法更有效。

- 1.在整个沙发上撒小苏打粉，放置 2 小时左右。
- 2.用吸尘器吸干机上面的小苏打。

### 皮制沙发



### 小苏打糊清除皮革上的霉斑

皮制沙发因为受潮而易滋生霉斑，如果少量，可以用小苏打糊来清除，但是这种办法不能用于毛革沙发。

- 1.在霉斑上涂上小苏打糊，放置一个晚上，用牙刷刷掉。
- 2.再用水擦拭。
- 3.擦干之后用皮革专用蜡油，增加光泽。

### 毛巾被和毛毯



### 小苏打粉清除毛巾被和毛毯上的异味

一直放在厨壁里的毛巾被和毛毯，拿出来时会有种发霉的味道，用小苏打来除味吧！

- 1.在毛巾被和毛毯上均匀的撒上小苏打粉。
- 2.把毛巾被和毛毯翻过来叠好，放置二小时左右。
- 3.用吸尘器吸干小苏打，拿到户外晾晒。

### 餐桌



## 用有抗菌作用的醋水擦洗餐桌

用来放置各种食物的餐桌需要经常保持干净，特别是食物留下的痕迹，时间长不容易清洗掉，会变成顽固污渍。所以更要养成用后清洗的好习惯。利用醋水的杀菌抗菌作用，可以使餐桌时常保持干净清爽。

- 1.在整个餐桌上喷上醋水。
- 2.用干抹布擦干净

## 用小苏打清除家电的污渍

### 电视机

擦掉静电聚集的灰尘，还有电视机闪亮的外表。



如果在电视机上面喷水，水汽就会深入到电视机内部，导致电路出现故障。一定要先在毛巾上喷水，然后再擦拭电器。在清洁之前一定要拔掉电源插头。

- 1.在毛巾上喷小苏打水。
- 2.擦拭电视上的污渍。
- 3.在毛巾上撒醋水，再擦拭一遍。



## 电脑键盘

用小苏打水擦拭后，一定要擦掉水汽。

日常生活中，电脑是必不可少的，

每天都要接触键盘，常常是满是汗

渍和食物残渣。首先拔掉电源，用小苏打水擦拭污渍，一定要擦掉水

汽。但是注意不要用小苏打水擦拭电脑屏幕。

在毛巾上喷上小苏打水，慢慢的擦拭污渍，最后再用干净的毛巾再擦

一次。

## 空调

### 用小苏打清洗出风口的霉味



淡季闲置的空调会积累很多灰尘，注意要每月用小苏打清洗空调一次。而且，用小苏打清洁出风口，可以消除霉味。

- 1.用抹布蘸取小苏打糊。
- 2.用蘸取小苏打糊的抹布擦拭空调的出风口。
- 3.最后用抹布擦拭干净，晾干。

## 电风扇

为了下一次能舒适地使用，在储存之前用小苏打水清洁



电风扇的护罩和扇叶等，只要使用一季，就会发现沾了很多的灰尘和油污。必须要用小苏打水清洗后，再整理储存。但扇叶的材质不同，有的容易比较划伤，所以要先在不起眼的位置试下，再清洗整个扇叶。

- 1.拔掉电源。卸掉护罩和扇叶。
- 2.在海绵上喷上小苏打水。
- 3.用“2”的海绵擦拭扇叶。
- 4.用水冲洗干净。
- 5.轻轻的擦拭掉水汽。
- 6.用喷有小苏打水的抹布擦拭护罩部分。
- 7.用“6”的海绵擦拭电风扇表面和底座，最后用抹布擦干。

# 用小苏打去除玄关的污渍

## 玄关口

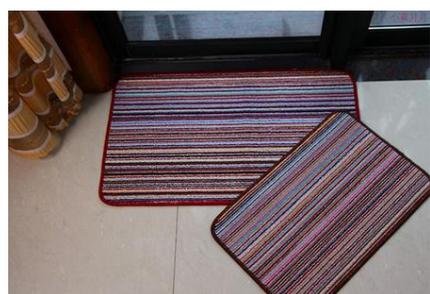


### 用小苏打使劲擦洗鞋子留下的泥沙

用小苏打代替洗涤剂，用湿刷子使劲擦，这样不会使灰尘乱飞，能清洗干净。

在玄关口撒上小苏打，用湿刷子擦拭污渍。最后用水冲洗干净，晾干。

## 蹭鞋垫



### 用小苏打清理玄关蹭鞋垫的灰尘

容易进入人们视线的玄关蹭鞋垫，应该时常保持干净。人们经常出入的地方，会积累很多的灰尘，多以对蹭鞋垫要时常清

洗。用小苏打进行去污和除味，现在就开始吧。

- 1.在整个玄关蹭鞋垫上撒上小苏打粉。
- 2.用手指把撒上的小苏打粉涂均匀，稍微放置一段时间。
- 3.用吸尘器吸干净。

## 皮鞋

在不伤害皮鞋的基础上，用小苏打糊把污渍擦掉，主要是去掉细小的垃圾和灰尘



## 运动鞋



### 用小苏打清除运动鞋的臭味

运动鞋等臭味，可以直接撒上小苏打的方式来清除。

在穿鞋之前，先在鞋中撒上小苏打粉。有臭味，多撒一些小苏打，放置一晚上。穿的时候把小苏打倒掉。

## 鞋用香囊



旧袜子可以再利用，做成外表可爱的鞋用香囊。

制作方法很简单，放入摆在玄关的鞋子里，除味效果可以持续 2~3 个月！

- 1.旧袜子和紧身裤等，可以截取脚尖部分约 15 厘米。加入一杯小苏打和 20 滴左右自己喜欢的精油，混合均匀。
- 2.用橡胶绳绑紧开口，用丝带装饰。
- 3.把香囊放到鞋口位置。

## 浴室、卫生间的清洁

用小苏打+醋彻底清除霉点和水垢

浴室、卫生间的清洁，主要是清除霉点和水垢！用小苏打去掉霉点，用醋使水垢剥离，保持浴室，卫生间的干净整洁，开始行动吧



## 用小苏打+醋营造情节的浴室空间

### 小苏打糊+醋防止发霉



- 1.小苏打糊在发霉的地方摩擦，用水冲洗。
- 2.洗完澡后，取下喷头用凉水刷洗，降低浴室的温度。
- 3.用家用擦玻璃器把水分

擦干。

4.最后在整个浴室内喷洒醋水。

## 小苏打+醋去除浴缸上的水垢+皮脂

1.在浴缸内侧撒上小苏打粉。

2.在海绵上喷上醋水。

3.用 2 的海绵擦拭浴缸。

4.先用水冲洗，再擦干水分。



## 小苏打+醋清洁淋浴器的污渍

### 喷头



1.把喷头放在醋水中，浸泡一晚上。

2.在喷头上涂小苏打糊，用牙刷擦洗污渍。

3.用水冲洗干净

### 水管

1.在湿海绵上撒上小苏打粉。

2.用海绵包裹住水管擦拭，然后用水冲洗干净



## 小苏打+醋清除墙壁的污渍



- 1.在毛巾上撒上小苏打粉，再喷上醋水。
- 2.在小苏打和醋起反应时，用抹布擦拭墙壁。
- 3.用水冲洗，然后擦干水分。

## 浴缸水位线的顽固水垢



## 肥皂+小苏打清除顽固水垢

浴缸的水位线部分容易积累热水的水垢。对付粗涩顽固的水垢，要用肥皂+小苏打进行集中清理。经常使用加入小苏打成分的浴盐，水垢就不容易积累。

- 1.在湿海绵上倒入肥皂液。
- 2.在 1 中的海绵上再撒上小苏打，擦拭顽固污渍。
- 3.用水冲洗干净，最后擦干水汽。

## 浴室墙壁上的霉斑

### 小苏打+牙刷去除浴室墙壁上的黑霉斑

浴室墙壁缝隙容易滋生霉菌，一定要多加注意。用牙刷清除霉斑吧！在牙刷上涂上小苏打糊，然后摩擦霉斑部分。最后用水冲洗干净。



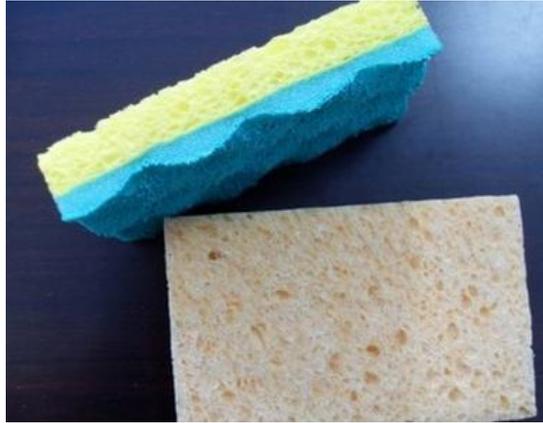
## 脸盆上的水垢

### 小苏打水瞬间清除脸盆上的水垢

脸盆等盛水用具上附着有水垢污渍，喷上小苏打水后，用海绵擦拭，就可以完全清除。使用含有小苏打成分的沐浴盐，这样泡澡的同时，还能清除水垢，一举两得。

- 1.在海绵上喷上小苏打水。
- 2.用海绵擦拭污渍，再用水冲洗。如果是顽固污渍，要在海绵上撒上小苏打粉，再次擦拭污渍。

## 沐浴海绵除菌



### 发挥醋的抗菌作用，防止海绵的细菌繁殖

每天用来擦洗身体的海绵之类物品，也要时常清洗。醋有抗菌作用，用海绵蘸醋水，就能防止细菌繁殖，在阳光晒下，海绵会回复清洁

- 1.在洗脸盆中倒上醋水，把沐浴海绵放进去，浸泡一个晚上。
- 2.用水漂洗几遍，然后在阳光下晒干。

### 小苏打浴盐



### 用小苏打加精油的浴盐，在享受香味的同时，皮肤也变得光滑

在浴缸里加入小苏打浴盐，皮肤就会变得光滑湿润，并能享受到泡澡后的惬意。推荐在小苏打中加入精油。用于放松的熏衣草精油，用于振作精神的葡萄柚精油，有清凉功效的玫瑰精油。

- 1.在容器中加入两大勺小苏打。
- 2.再加入自己喜欢的精油两滴，混合均匀，倒进浴缸。

### 用小苏打水擦拭身体



用含有小苏打水擦拭皮肤，会感觉瞬间清凉

小苏打水能够清除身体表面的污渍，使人干净清爽。如遇生病受伤而不能泡澡的时候，一定要试试这种方法。在夏天或在运动后使用这种方法，还能防止汗味，非常方便。

- 1.在脸盆里加入 80%热水，倒入 3~4 大勺小苏打，搅拌溶解。
- 2.把毛巾在水里浸湿，然后拧干。
- 3.用 2 的毛巾轻轻的擦拭身体，如果觉得小苏打没有完全溶解，就用沾有干净热水的毛巾再擦拭一遍。

## 用小苏打泡澡的 5 大乐趣

把小苏打作为浴盐使用，有甚多神奇的效果，大家知道是什么嘛？

第一，肌肤变得光滑，全身感到清爽舒适。

如果加入精油，还能闻到诱人的香味。

第二，对浴缸有清洁效果，小苏打能够抑

制水垢依附在浴缸上，剩下的洗澡水还可以作为小苏打水，用做各种清洁工作。

第三，用于足浴，可以去除脚部浮肿和臭味。

通过小苏打浴，可以快乐舒适的度过泡澡时间，享受生活的乐趣。



## 用小苏打+醋清洁卫生间



### 马桶内侧

在污渍形成黑色或者黄色固体前，用小苏打彻底清洁。

每天都要使用的卫生间马桶，水位的边界线部分积累了很多的污

渍。在污渍没有变得顽固之前及时清理，就不会产生黑色或者黄色的固体，清洁工作也比较轻松。养成小苏打清洁的习惯吧！

1.在马桶内侧撒上小苏打粉，浸泡 5~10 分钟。

2.用厕刷摩擦污渍，用水冲洗干净。

把小苏打糊和醋水分开使用，  
清洁卫生间水箱

1.在污渍上涂上小苏打糊，用牙刷去除  
污渍，用湿海绵擦拭。

2.水龙头部分用浸着醋水的纸包起来，

防止 2~3 小时，细小污渍用牙刷刷掉，用水冲洗，再用抹布擦干。



醋水清洁镜子

1.在整个镜面上喷上醋水。

2.用软布擦掉醋水和污渍。



小苏打+醋清洁洗脸台

1.在毛巾上喷洒小苏打水。

2.用 1 的毛巾擦拭洗脸台。

3.最后喷上醋水，用毛巾擦拭



小苏打清除洗衣机的发霉物，  
用醋清除肥皂渣

清洗发霉物

转动洗衣机时，向里面加入 2/1 的杯的小苏打。平时用小苏打来清洗，附着在洗衣机壁上的霉斑会被慢慢剥离，达到清洁效果。



清除肥皂渣

- 1.在洗衣机里放水，到达最高水位，然后加 2~3 杯醋。
- 2.让洗衣机旋转数分钟，放置一个晚上，第二天放掉水即可。

水箱



只要加入小苏打就可清除污渍，消除水箱的堵塞现象

你遇到过水箱突然出水不顺的情况吗？这时，在水箱中加入小苏打，就可消除堵塞现象。

在水箱中加入 1 杯小苏打，浸泡一个晚上，第二天用水冲干净。

## 可用小苏打来除臭

只要在卫生间里放上小苏打，就可以达到彻底除臭的效果。除臭后的小苏打，还可以用于马桶和水箱的清洁，很方便吧！

- 1.把小苏打放进纸杯或者开口瓶子中。
- 2.把 1 的小苏打放进卫生间的角落，每隔 2~3 月更换 1 次。

## 用小苏打打造明亮干净的洗脸台

### 水龙头

用浸过醋水的卫生纸包住水龙头，  
去掉上面的水垢

附着在水龙头金属部分的水垢，可以用小苏打糊+醋来清除。水龙头变得干净明亮，整个洗手台的清洁度也会跟着提高。



- 1.用浸过醋水的卫生纸包裹住水龙头的污渍，放置 2~3 个小时。
- 2.细小污渍用蘸有小苏打糊的牙刷来摩擦清除。
- 3.用水冲洗干净后，再用抹布擦干水分。

## 灯泡

### 用小苏打水轻轻擦拭灯泡上的灰尘

平时不容易注意到的灯泡，积累了很多污渍和灰尘。通过清洁照明用具，灯光和洗手台会立刻变得明亮。



- 1.确认关掉电源后，取下灯泡。
- 2.用喷有小苏打水的毛巾擦拭污渍，最后一定要擦干水分。

## 为了轻松清洁，先了解一下异味的性质吧

与油相关的臭味是酸性，其它都是碱性，了解臭味的性质，可以更加有效的去除臭味

小苏打+醋的清洁力量之一，就是除臭作用。与市销的芳香剂相比，它不含人工香精，建议一定要活用他们的神奇效果哦！

臭味和污渍一样，都是带有酸性或碱性的。

如果不知道性质，的确很难有效的清除异味。比如鱼的腥味属于碱性，如果不用酸性的醋俩除味就不能很好的除臭，因此了解臭味的性质，就能更轻松，更快捷的清洁了。

那么怎样才能了解异味的性质呢？

简单的说就是判断异味是不是因为油而产生的。

如果是因为油而产生的，就是酸性的。可以用碱性的小苏打来清除。这里所说的油，包括各种皮脂，比如与体味相关的鞋臭和头发味，都可以用小苏打来去除。

如果不是与油相关的异味，那就是碱性的，可以用酸性的醋来去除。马桶的氨水味和烟味都属于这一类。

如果乱用小苏打或醋来除味，是不可能从分发挥作用的。正确的认识异味产生的原因，才能更有效的去除异味。

## 如何对付复合型污渍

**使用小苏打+醋的清洁原则，就是将污渍复合化之前，尽早将其清除**

使用小苏打+醋清洁，最重要的是，不同的地方要使用不同的用品。虽然小苏打和醋油具有良好的清洁作用，但他们各自对应的污渍和总类也不相同，如果不嫩那个正确掌握各自属性，就不能切身感受自然换保的清洁效果，那岂不可惜？

“污渍的种类”可能不会认为很多，但其实不然。污渍的种类大致分为酸性和碱性两种。只要掌握这两个属性，进行清洁时，无论什么污渍都能很好的清除。

对因为身体出油而造成的酸性污渍，用碱性的小苏打最有效。这种油污，多数在厨房和我们平时接触多的地方。但是，还有油污在空气中飞散、与灰尘结合成污渍。由此可见，污渍也有由酸性和其它污

渍结合成的复合型污渍。

复合型污渍就是我们平常说的顽固污渍。很不容易清除。所以建议使用本文介绍的小苏打+醋的组合去除。

## 其它物品的清洁

无论衣服、汽车、还是宠物，都可以发挥小苏打的清洁作用。

小苏打并不局限于市内清洁，对于各种污渍都可以发挥其清洁作用。因为是安全放心的天然材料，所以也适用于婴儿或者宠物。了解这些用法，生活会更方便。



在宠物身上撒小苏打粉，用梳子梳洗，除去污渍和异味。



不能水洗的玩具熊，用小苏打可以将污渍和异味一扫而空。



汽车前挡风玻璃，只要用小苏打擦拭，就会变得干净，而且不用当心划伤。



顽固皮脂污渍聚集的领子和袖口，利用小苏打+醋来清除

## 更多更方便的小苏打+醋活用法

### 纯银首饰



是暗淡变黑的银饰重新回复光泽  
银饰上的黑斑，就用小苏打来清洗，使他重新变得闪闪发亮吧，但是这种方法不适合用于镶有宝石的银饰。

- 1.在 10 毫升热水中加入三大勺小苏打粉。
- 2.把银饰用铝箔包起来。
- 3.把 2 中的铝箔放入 1 中的。浸泡约 10 分钟。

4.拿出去后去掉铝箔，用水冲洗干净，再擦干水分。

## 旧硬币



找回随着时间而失去光泽的硬

币的光辉

出国旅行带回来的国外硬币或纪念章，这些珍贵的纪念品随着时间变得色泽暗淡，不用担心，用小苏打糊来擦拭硬币，就可以轻松找回原有的光泽。但是古董硬币所特有的古风会消失，要谨慎对待！

## 烟灰缸



用小苏打去除烟灰和烟味

只用水洗而不能完全洗净的烟灰缸，可用小苏打代替洗涤剂来清除污渍。使用前，先在烟灰缸底部铺上一层小苏打，不仅可以吸收烟味，还可以防止烟灰乱飞

## 毛皮革上的污渍



用小苏打慢慢刷掉毛皮革上的污渍

毛皮革等精致材料很难在家完成清洗。对不起眼的污渍，就交给小苏打吧。在物资上撒上小苏打，用牙刷慢慢的刷。讨厌的污渍就被慢慢的清除掉了。



## 游泳后的泳衣

游泳池里的盐酸和小苏打产生中和反应，可  
延长泳衣的使用寿命

游泳后，用过的泳衣如果不及时清洗，游泳池的盐酸就会破坏泳衣的质地。洗涤之前，用小苏打来中和盐酸，就难延长泳衣的使用

寿命。同时有恩呢该除掉盐酸的异味。

- 1.在洗脸盆里倒入 80%的水，然后加入一大勺小苏打。
- 2.把泳衣浸入 1 里，浸泡 2~3 小时。
- 3.倒掉洗脸盆里的小苏打水，再用清水手洗。

## 园艺护理也可以用小苏打，使植物蓬勃生长

### 增加叶子光泽



擦拭叶子表面的灰尘，使绿色更加  
鲜明

观赏植物让人们感到心神安稳，  
有种不可思议的愉悦精神的效果，  
但是，如果叶子上积累了很多

灰尘，植物的视觉效果就会大打折扣。用小苏打擦拭叶子，会使其

更加鲜亮。小苏打是天然环保材料，不会伤害到植物。

## 培育甘甜的西红柿

发挥小苏打的神奇魔力，使家庭菜园中的西红柿更加香甜。

现在，家庭菜园很受欢迎。如果要培育西红柿，请一定要使用小苏打。

小苏打可以驱逐虫害，降低西红柿的酸性，增加甜味。

在西红柿根部的土壤上，撒上一层小苏打粉。



## 安全的杀虫剂

用小苏打制成的杀虫剂对人和植物都是无害的

对付危害珍贵观赏植物的害虫，使用小苏打制成的杀虫剂，就可以驱

逐虫害，而且对人和植物都没有影响。

- 1.把一小勺小苏打和 1/3 杯植物油混合。
- 2.将混合后的杀虫剂倒入喷雾。
- 3.在植物上喷洒。

## 为花朵保鲜

小苏打可以保持鲜花长时间的美丽

鲜花的寿命很短，很快就会枯萎。其实，小苏打有延长花期的作用。在花瓶中溶解一些小苏打，水就不容易变馊。只要水



质不变坏，花就能长时间保鲜!

## 小苏打清除汽车的污渍，不会划伤车体

### 车体上的污渍



还能除去全部污渍。

不损伤汽车的烤漆表面，轻松去除污渍

汽车需要时常保持闪亮光泽。车体有污渍时，可以试着用小苏打来清理。小苏打作为汽车用的去污粉，效果相当好。颗粒柔软的小苏打，不会损伤车体的烤漆，

### 洗车用的洗涤剂

#### 可清洗整个车身，并且对环境无害的洗涤剂

用含有小苏打洗涤剂的海绵擦拭整个车身，可以轻松去除灰尘和雨渍等污渍，这种含有小苏打的洗涤剂，就算直接接触皮肤，也不会使皮肤变得粗糙。对市售洗涤剂敏感的人，推荐使用这种洗涤剂哦。

- 1.在塑料桶中倒入 4 升水，加入四大勺小苏打。
- 2.再往里面加入 3/2 杯肥皂液，搅拌均匀。



### 汽车座椅

不能整个水洗的汽车座椅，用小苏打可以随时保持干净整洁。

不能摘掉水汽的汽车座椅，用小苏打去污，效果很好。而且对于车内

积累的食物残渣和烟味等，及时撒上小苏打粉，还能发挥除味功效。

把小苏打装进带盖的瓶子里，作为车内常备物品，用时非常方便。

## 婴儿用品和宠物也可以用小苏打清洁

### 洗纸尿裤



#### 用小苏打水去除尿布的异味

附着在尿布上的污渍和异味，在洗涤之前，只要用小苏打水浸泡一下，就可以把污渍去除干净。

在塑料桶里倒入 4 升水和 1/2 杯小苏打。然后把尿布放进去浸泡 1~2 小时。然后按照普通方法清洗。

### 清洁行李箱

均匀撒上小苏打粉，彻底吸收行李箱的  
湿气和异味

暂时不用的行李箱在收起来之后要撒上一层小苏打粉，这样下次使用的时候，不至于因为霉味而烦恼。用小苏打就能保持经常干净的状态，非常方便。



## 宠物的清洁

不能每天都洗澡的宠物，更要保



### 持身体的清洁

用小苏打+醋不仅能去除污渍，还可以除臭。在宠物身上撒上小苏打粉，用刷子刷毛，去掉污渍和小苏打粉。在容器中加入一升水和一杯醋，混合均匀，把毛巾浸泡在里面。拧干后擦拭宠物全身。

## 小苏打一些家庭小技巧

1. 把小苏打当成餐具清洁剂来使用，既不烧手，又能把碗、盘子等餐具洗得干干净净；也不必担心清洁剂残留问题。对洗涤剂过敏的人，不妨在洗碗水里加少许小苏打，既不烧手，又能把碗、盘子洗得很干净。也可以用小苏打来擦洗不锈钢锅、铜锅或铁锅，小苏打还能清洗热水瓶内的积垢。方法是将 50 克的小苏打溶解在一杯热水中，然后倒入瓶中上下晃动，水垢即可除去。将咖啡壶和茶壶泡在热水里，放入 3 匙小苏打，污渍和异味就可以消除。

2. 将咖啡壶和茶壶泡在热水里，放入 3 匙小苏打，污渍和异味就可以消除。

3. 锅底除焦：把小苏打均匀地撒在烧焦的铝锅底上，随后用水煮一阵子，锅底上的焦巴就容易擦去了（铁弗龙、搪瓷锅不宜）。

4. 小苏打还能清洗热水瓶内的积垢。方法是将 50 克的小苏打溶解在一杯热水中，然后倒入瓶中上下晃动，水垢即可除去。

5. 用小苏打来擦洗不锈钢锅、铜锅或铁锅可除渍去味。

6. 将装有小苏打的盒子敞口放在冰箱里可以排除异味，也可以用小苏打兑温水，清洗冰箱内部去污除味。

7. 在垃圾桶或其他任何可能发出异味的地方洒一些小苏打，会起到很好的除臭效果。

8. 清洁微波炉内部、各种容器、案板以及抽油烟机的油腻异味，小苏打去除灶具油污：用 500 毫升水和 60 克小苏打混合，可用来做许多清洁工作。煤气炉、烤箱、水龙头、热水瓶等处累积的污垢，用湿抹布蘸取苏打水用力擦拭，均可去除。

9. 如果家里养了宠物，往地毯上撒些小苏打，可以去除尿躁味。若是水泥地面，可以撒上小苏打，再加一点醋，用刷子刷地面，然后用清水冲净即可。

10. 在湿抹布上撒一点小苏打，擦洗家用电器的塑料部件、外壳，效果不错。

11. 金属刀叉只要一陣子没用，就很容易泛黑、光泽尽失。小苏打就可以帮助这些餐具重拾光泽，而且是不论那一种金属！只要在清洗的时候多花点功夫，就可保持餐具闪亮如新。

## 小苏打的个人清洁和美容妙用

1. 将小苏打用做除味剂。将一杯小苏打和两匙淀粉混合起来，放在一个塑料容器内，抹在身上散发异味的部位，可以清除体味。
2. 小苏打是有轻微磨蚀作用的清洁剂，是极好的天然“牙粉”。加一点小苏打在牙膏里，可以中和异味，还可以充当增白剂。
3. 加一点小苏打在洗面奶里，或者用小苏打和燕麦片做面膜，有助于改善肌肤；
4. 在洗发香波里加少量小苏打，可以清除残留的发胶和定型膏。
5. 游泳池里的氯会伤害头发，在洗发香波里加一点小苏打洗头，可修复受损头发。

## 小苏打的药用作用

1. 如遭蜜蜂或蚊虫叮咬，用小苏打和醋调成糊状，抹在伤处，可以止痒。
2. 在洗澡水中放一点小苏打，可以缓解皮肤过敏。
3. 在床单上撒一点小苏打，可预防儿童因湿热引起的皮疹。
4. 双脚疲劳，在洗脚水里放 2 匙小苏打浸泡一段时间，有助于消除疲劳、减轻酸痛。
5. 皮肤发痒或风吹引起皮肤过敏，将毛巾浸在小苏打粉溶液中，

再以毛巾擦拭皮肤即可缓解、消退。

6. 將少量小苏打粉涂抹腋下，可去除体味。

7. 小苏打去黑头有效 步骤如下：

a、洗干净脸。（用热毛巾拂一分钟脸，让毛孔打开。）

b、用棉花浸透小苏打水，敷在鼻子上 15 分钟。（小苏打粉与纯净水按 1：10 的比例溶解）

c、15 分钟后，拿掉棉花，就发现许多黑头浮上来了，用纸巾由上向下轻轻揉擦，就擦掉了部分黑头下来。也可用暗疮针轻轻刮，清得更干净。但是手法要专业，不然弄伤肌肤就不好了。

d. 之后，再敷一次小苏打水，然后再清洗。最后用凉水清面，使毛孔收缩。

8. 牙痛时，可取苏打面适量，用硬纸卷一小喇叭筒，将苏打面放在里面，由他人用嘴将苏打面吹入痛牙一侧的鼻孔内，然后用手轻轻揉压鼻翼，很快即可止痛。如果鼻腔干燥，应设法使之湿润后再吹。此法简便，能很快见效。

### 小苏打在食品中的妙

1. 去除果蔬残留农药：用小苏打水清洗水果、蔬菜，可有效去除其残留农药；烫青菜前加一点小苏打，可以防止叶绿素流失，烫好的青菜不会变黄变黑。

2. 煮海带时加点小苏打软得快。

3. 炒洋葱的时间长了，会失去原味，而炒的时间短、太快了，又

使其不柔软。如果先用少许小苏打捞一下，不论炒、煮，甚至炸都能使其柔软，而且食后容易消化。

4. 剖鱼时如不小心把鱼胆弄破了，只要在胆汁污染过的地方涂上一小苏打，然后反复用清水清洗，就可以把鱼肉上的苦味冲去。

5. 油炸面拖黄鱼、鲜虾或排骨时，在面粉糊里和上一小苏打，吃起来又松又脆。因为小苏打受热后分解，会产生大量的二氧化碳气体，使油炸面糊里留下许多气孔。

6. 新鲜的水果容易霉烂变质，这是霉菌、乳酸菌及许多腐败细菌在作怪。由于它们害怕生活在碱性的环境中，因此只要把新鲜又没有破损霉烂的水果放进 1% 浓度的小苏打水溶液中浸泡 2 分钟，然后捞出晾干，装进食用塑料袋里密封起来，便可保存较长的时间。同样，要保存鸡蛋或鸭蛋，也可采用这个方法。

7. 炒老牛肉前，先用加有少量小苏打的水浸渍，捞出控干再上浆，烹炒后肉丝会变嫩；炒牛肉丝时，把新鲜的牛肉切成细丝后，放在稀薄的小苏打溶液中拌一下，炒出来的牛肉纤维疏松，吃起来又嫩又香。

8. 烹制质地较硬的牛肉丝，烹调前可用加有少量小苏打的清水浸泡几分钟，捞出控干，再上浆烹制，牛肉丝就会变得鲜嫩了。

9. 煮海带时，适当加点小苏打，海带便容易煮软。

10. 准备熟吃的萝卜，应该先切碎，按萝卜、苏打重量 300:1 的比例，放入小苏打拌匀，做熟后即可除去辛辣味。

11. 要使冻豆腐变鲜，可在锅里放好汤，加上各种调料，把冻豆

腐切成小块，放到锅里，同时把小苏打粉撒到汤里和冻豆腐上面，这样做出的冻豆腐汤就鲜美可口了。但小苏打的用量要适当，如果放10块豆腐，用1/5汤匙小苏打即可。

12. 收拾墨鱼或鱿鱼干时，洗前应泡在溶有小苏打粉的热水里，泡透以后，去掉鱼骨，剥去表皮。凡是已泡透了的，就很容易收拾干净。

13. 在盆栽花卉含苞欲放之际，若用万分之一浓度的小苏打水溶液来浇花，可使鲜花怒放，开得更加艳丽夺目。

14. 把柑橘放在小苏打水里浸泡1分钟，捞出沥干，装进塑料袋里把口扎紧，可使柑橘汁味香甜，色泽鲜亮，存放3个月以后亦能保持刚采摘时的风味。

15. 在凉开水中放入白糖溶解，装入汽水瓶（不要太满），然后放入1.5克小苏打，最后放入同样重量的柠檬酸。这时瓶中会产生二氧化碳气体，应立即封好盖，放入冷水中，十几分钟后就可以喝了。

### 小苏打的除湿等作用

1. 冰箱除臭:以一小空罐装好，放入冰箱，有效除臭期限约3个月。

2. 放一点小苏打在鞋子里可以吸收潮气和异味。

3. 洗衣时加一大匙小苏打进洗衣机里可除汗臭味；家有乳幼儿，亦可去除布尿片及衣服被单之尿臭，让洗好的衣物有股清爽之味

息。

4. 去油污将水烧开加点苏打粉將油腻的抹布、碗盘或锅盖…煮一下即可以降油污。试一试以热水沾少许小苏打粉，洗煤气燥、换气扇，灶台等等。

## 小苏打的其他妙用

1. 玻璃和陶制品用小苏打水擦拭可去污。用于处理顽强污垢，将水与小苏打粉以 2 比 1 的比例调成膏状使用。

2. 烧水壶中加些小苏打煮会儿可去水垢。

3. 銀质餐具失去光亮的色泽时，用 3:1（小苏打粉：水）的比例調成糊來擦拭銀器，再用清水沖洗擦干，就能恢复銀器原来的光亮了。

4. 搪瓷器皿上焦黄的斑痕，有时用去污粉也难以擦去。若用湿布沾上一点小苏打，再使劲地擦，搪瓷器皿就会被擦洗得干干净净，光亮如新。

5. 家用地毯上不慎沾了油渍，可先将油渍处湿一下，再放一小撮小苏打在上面，置一夜，翌日以吸尘器吸去小苏打，油渍即可消除。

6. 在清洗油腻的器物时，将它们浸泡在小苏打的稀溶液中 30 分钟后再洗，效果甚佳。

7. 家里的塑料盛器内有异味，可以用 1 茶匙的小苏打溶于 1000 毫升的清水中，把塑料容器浸入，然后再软擦轻拭一遍，臭味即除。

8. 家庭养花者，花卉含苞欲放之际，若用万分之一浓度的小苏打

溶液来浇花，可使鲜花怒放，艳丽夺目，得到美的享受。

9. 小苏打能去除自来水中的氯。

10. 漂洗衣服时，不喜欢漂白水的味道，可将漂白水的用量减半，再加入小苏打粉。

11. 电熨斗底部有污垢时，可将一条湿毛巾叠成与熨斗底面近似的形状，在毛巾上均匀地撒上一层小苏打粉，然后将电熨斗接通电源，当温度达到 100 度时，在湿毛巾上来回搓擦，待看不见水蒸气时，再擦掉小苏打粉，电熨斗底部的污垢就除掉了。

12. 退黄丝绸衣服熨黄时，可用少许小苏打调成糊状涂于焦黄处，待水蒸发后，再垫上湿毛巾熨烫一下，焦黄痕迹便可消失。

13. 镜子上常会沾附洗脸时飞溅而来的水渍，看到这样的镜子，心情都会变灰暗。这时只要用小苏打擦拭镜面，镜子立刻就会明亮起来。

14. 利用较浓的小苏打溶液，清洗玻璃制品、银器以及不锈钢用具等物品，比用其它洗涤剂清洗效果更好。

**Q:小苏打的种类不同，颗粒大小也不一样嘛，使用时，有什么影响嘛？**

**A: 颗粒大的小苏打，研磨作用比较强。**

小苏打有颗粒细小的种类，也有颗粒大的种类，虽然颗粒大小不用，但是作用是一样的。颗粒小的容易与水混合，颗粒大的研磨性较强。

**Q: 小苏打和发酵粉有什么区别?**

**A: 发酵粉是加工食物的小苏打。**

用于食物的发酵粉，是小苏打和粉末状的酸混合后的产物。发酵粉并不是不能用于家庭清洁，只是它的清洁效果不理想。

**Q: 请告诉我们小苏打的保存方法和使用期限。**

**A: 如果在通风阴凉处保存，可以使用三年**

小苏打具有吸湿作用，把它放在密闭的容器中，置于阴凉保存。如果保存良好，可以使用三年，如果结块，那就砸开继续使用。开封时间长的小苏打，可以先取少量与醋发生反应，如果产生气泡，就可以继续使用。

**Q: 小苏打清洁时，有什么注意事项嘛?**

**A: 使用小苏打可能会产生变色，一定要注意。**

未加工的木质器具，铝制品，都不能用小苏打清洗。特别是铝制品用小苏打清洗就会变黑，所以一定要多加注意。在色彩浓重的物品上喷上小苏打水，晾干后就会有白色的小苏打粉末，这时需要用水或者醋水来擦拭去除了。而且不能用水洗的衣物，最好不要用小苏打。

**Q:用于清洁的小苏打,不经处理就倒掉,不会对环境有害嘛?**

**A:使用小苏打,就是为了保护环境。**

小苏打不仅仅对清洁有帮助，还在中和酸雨，肥化土壤，除去垃圾臭味等环境保护方面，都是有益的，与市售的化学制品和洗涤剂相比，小苏打对环境的保护作用是显而易见的。所以，使用环保的小苏打，就是为了保护环境。

**Q: 小苏打是从哪里开采出来的？**

**A:小苏打的原型是矿石，它被深埋在地下。**

小苏打是由“重碳酸钠”矿石经过破碎、洗洗净、加热处理、提炼、溶解等过程，形成晶体固体。然后风干成粉末。

**Q: 可以用手直接接触小苏打嘛？**

**A: 小苏打对皮肤刺激很小，可以直接接触**

小苏打对皮肤的刺激很小，即使用手直接接触，也不必担心手会变粗糙。但是高浓度的糊状物，或是长时间触碰，最好戴上手套